

Info



Das ZentrumRANFT ist ein Begegnungs- und Seminarhaus oberhalb des Sarnersees mit Sicht auf See und Berge. Es bietet allen Gästen vielseitige Impulse. **In und durch die Stille eine spirituell integrierte und solidarisch ausgerichtete Haltung zu leben, ist unser Ziel.** Achtsamer Umgang mit sich selber und seinem Umfeld, **Meditationen, Kontemplationsschulungen, Yoga, Kursangebote, Begleitung von Auszeitgästen, Gespräche mit Einzelgästen** – unser Ort der Begegnung findet in einer Atmosphäre der Geborgenheit statt. 50 Gäste können bei uns beherbergt werden, 120 Gäste können wir mit unserer leichten, vegetarischen Küche verwöhnen.

Ökologie und Nachhaltigkeit sind für uns nicht nur Stichworte. Die neue Pellet-Heizung beheizt die Häuser Seeblick und Bergblick, zudem das Foyer, eine Cafeteria, den 120 m² grossen Saal, einen Seminarraum und die Bibliothek. Wir bewirtschaften eine 14'000 m² umfassende Gartenanlage, die mit neuen Hecken und alten Obstbausorten eine hohe Biodiversität aufweist.

Das **Pflanzenlabyrinth** mit seinen hundert Blumen und Kräutern führt in den Mittelpunkt, dem Bruder-Klaus-Brunnen. Das Zentrum ist ein **Ort der Kraft**, liegt 10 Minuten zu Fuss entfernt vom Ranft, dem Wohnort des **Niklaus von Flüe**, dem **Friedensförderer**.

Das ZentrumRANFT richtet sich an Einzel- sowie Kursgäste, die **abseits von Hektik und Stress** ein paar Tage zur Ruhe kommen möchten: **Ein Ort der Stille zum Abschalten, Meditieren, Wandern, Lesen, Schreiben oder Nachdenken.**

Informationen und Angebote unter: www.zentrumranft.ch



13.-14. Juli 2019 oder
14.-15. September 2019

**Natur-Selbstcoaching –
Die Kraft der Natur nutzen**

Kilian W. Sigrist

Kursprogramm

Samstag, 13. Juli 2019 /
Samstag, 14. September 2019

09.00 Start
12.30 Mittagessen
18.30 Abendessen

Sonntag, 14. Juli 2019 /
Sonntag, 15. September 2019

08.15 Frühstück
12.30 Mittagessen
17.00 Ende

Kursleiter



Kilian W. Sigrist

Mediation, Geomantie sowie Life Coaching und Körper-Psychotherapie sind meine täglichen Arbeitsfelder. Eigene Methoden wie Barfusswandern oder meditatives Joggen sind dabei ein integrierter Bestandteil. Ausbildungen in Klangschalen-Massage, Geomantie, Coaching, Psycho- und Körperpsycho-Therapie sowie die wertvollen Erfahrungen als Unternehmer, Gemeinderat und Privatmensch - mit all den eigenen Hürden und Herausforderungen - runden mein Profil ab.

Kursbeschreibung

Inhalt

Die Natur ist natürlich, ohne technische Einflüsse, ohne medialen Reize jeglicher Art. Gehen wir mit ihr in Resonanz, fühlen wir uns nach einem Waldspaziergang gelassen und fröhlich. Das sind optimale Rahmenbedingungen für unsere innere Arbeit! Mit einfachen Techniken aus der Erlebnis-pädagogik und dem Potential der Natur werden wir uns selbst coachen.

Kurskosten

CHF 320 inkl. Verpflegung (Pausenverpflegung, Mittag- und Abendessen), exkl. Übernachtung

Bekleidung

Schichten-Prinzip: für jedes Wetter vorbereitet sein, die meiste Zeit werden wir draussen in der Natur verbringen.

Anmeldung

Zimmerbuchung via zentrumRANFT,
041 660 58 58, www.zentrumranft.ch, info@zentrumranft.ch

Kursanmeldung via www.kiwasi.ch oder
kontakt@kilianwaltersigrist.ch